



U16 és U14 Atlétikai Bajnokság ÉK terület – 1. forduló

1. A bajnokság célja:

Az atlétika sportág népszerűsítése, a felkészülési- és a versenyzési lehetőségek bővítése.
U16 korosztályban bejutási lehetőség a szabadtéri egyéni bajnokságra.

2. A bajnokság helyszíne és ideje:

Vanyek Béla Sportcentrum
2600 Vác, Kosdi u. 4.
2021. 05. 01-02.

3. A bajnokság rendezője:

A Magyar Atlétikai Szövetség és Váci Reménység Egyesület.

4. Versenybírószám:

Elnök: Machné Harkai Krisztina
Elnökhelyettes: Pappné Fodor Kinga
Technikai elnökhelyettes: Rózsa István
Titkár: Lohn Angéla

5. Részvevők:

Az Észak-keleti terület megyéinek (Borsod-Abaúj-Zemplén megye, Heves megye, Pest megye, Nógrád megye, Budapest) közigazgatási területén működő (székhellyel rendelkező) sportszervezetek U16 és U14 korosztályú versenyzői, akik érvényes MASZ versenyengedéllyel rendelkeznek és nevezésüket a MASZ elfogadja.

6. Nevezés:

Kizárólag előnevezéssel a MIR rendszeren keresztül.

On-line nevezés indul: 2021. 04. 19. 00:00

On-line nevezés lezárul: 2021. 04. 26. 23:59

7. Nevezési díj:

U16, U14: 1000 Ft/versenyszám

A nevezési díjakat az elfogadott nevezések után számla ellenében átutalással kell fizetni.

8. Versenyszámok:

U14:

Fiú: 80 m, 300 m, 600 m, 2000 m, 80 m gát (76,2 cm, 8 gát, 12-8-12), 1000 m akadály (76,2 cm, 8 akadály vizesárok nélkül), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás (60 cm-es elugrósáv), ötösugrás (helyből), súlylökés (3 kg), diszkoszvetés (0,75 kg), kalapácsvetés (3 kg), gerelyhajítás (500 gr)

Leány: 80 m, 300 m, 600 m, 2000 m, 80 m gát (76,2 cm, 8 gát, 12-7,75-13,75), 1000 m akadály (76,2 cm, 8 akadály, vizesárok nélkül), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás (60 cm-es elugrósáv), ötösugrás (helyből), súlylökés (2 kg), diszkoszvetés (0,75 kg), kalapácsvetés (2 kg), gerelyhajítás (500 gr)



Ötösugrás helyből: Az ugrást helyből kell végrehajtani, lehet páros lábbal indulva, de lehet harántterpeszállásból is. Az utóbbinál a súlypontot annyira lehet hátra vinni, hogy az elugró láb sarka nem emelkedhet el a talajról. Az ugrásokat váltott lábbal kell végrehajtani.

Az ugrást a leérkező helytől a fiúknál és a leányoknál egyaránt: **9,00 m és 11,00 m** -re krétával meghúzott fehér vonal mögül kell végrehajtani.

Csak edzőcipőben lehet versenyezni!

U16:

Fiú: 100 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 100 m gát (84 cm, 10 gát, 13-8,50-10,50), 300 m gát (76,2 cm, 7 gát, 45-35-45), 1500 m akadály (76,2 cm, 12 ak. + 3 vizesárok), 5000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás, ötösugrás (korlátozott nekifutásból), súlylökés (4 kg), diszkoszvetés (1 kg), kalapácsvetés (4 kg), gerelyhajítás (600 gr)

Leány: 100 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 80 m gát (76,2 cm, 8 gát, 12,50-8-11,50), 300 m gát (76,2 cm, 7 gát, 45-35-45), 1500 m akadály (76,2 cm, 12 ak. + 3 vizesárok), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás, ötösugrás (korlátozott nekifutásból), súlylökés (3 kg), diszkoszvetés (1 kg), kalapácsvetés (3 kg), gerelyhajítás (500 gr)

Ötösugrás korlátozott nekifutásból: A lendületszerzésre a lányoknál 11 m, a fiúknál 12 m engedélyezett. A nekifutás lehetséges legtávolabbi pontját krétával keresztbe húzott vonallal kell jelölni és egy futógátat kell elhelyezni rá. Az ugrásokat váltott lábbal kell végrehajtani.

Az elugrás 20 cm széles festett gerendáról történik. A gerenda távolsága a leányoknál **13,50 m és 14,50 m**, a fiúknál **14,50 m és 16,50 m**.

Szögescipőben is lehet versenyezni!

Versenyzési korlátozások:

U16 és U14 korcsoport:

Két nap alatt összesen maximum három versenyszámban indulhat, de egy nap maximum két versenyszámban lehetséges az indulása. Amennyiben a versenyző 300 m vagy annál hosszabb futószámban indult, más versenyszámban azonnap már nem indulhat.

9. Jelentkezés és rajtszámátvétel:

A Sportcentrum emeletén kialakított jelentkeztető helyen.

A versenyszám kezdete előtt **75 perccel** lezárul.

10. Call room (a Sportcentrum erősítő termében):

	megjelenés	bevezetés
- Futószámok:	15	10
- Gát:	20	15
- Ügyességi számok:	30	25
- Rúdugrás:	55	50 perccel a versenyszám előtt.

11. Kezdőmagasságok, magasságemelések:

A helyszínen kerülnek megállapításra.

12. Díjazás:

A versenyszámok 1-3. helyezettjei érem díjazásban részesülnek.



13. Saját szer:

Használata hitelesítés után megengedett. A szereket hitelesítésre legkésőbb **60 perccel** a versenyszám kezdete előtt le kell adni az arra kijelölt szerhitelesítő helyen, azokat a versenybíróóság szállítja a verseny helyszínére, majd versenyszám befejezése után ugyanitt átvehető.

14. Öltözési lehetőség:

A Sportcentrum földszinti öltözőiben.

15. Bemelegítés:

A Sportcentrum fedett futófolyosóján van lehetőség a bemelegítésre.

16. Egyéb:

- A pályán 9 mm-nél hosszabb szögű cipő nem használható.
- A versenyző csak az arra kijelölt helyen léphet be a pályára és hagyhatja el azt.
- Parkolási lehetőség a hosszú egyenes oldalán lévő MÁV parkolóban.

Figyelem!

A COVID-19 vírus miatt kialakult járványhelyzetre való tekintettel a verseny zártkapus, kísérők és szurkolók számára a belépés nem engedélyezett. A verseny ideje alatt mindenki köteles ügyelni a 1,5 méteres távolság tartására. A verseny területére történő belépéskor továbbra is alapvető elvárás a legszigorúbb higiéniai szabályok betartása. Továbbá felhívjuk figyelmüket a MASZ 7. sz. és a 9. sz. elnöki utasításának betartására és betartatására!

Budapest, 2021. március 31.



IDŐREND

1. nap szombat

12:30	Ötösugrás	leány	U16	
13:00	Kalapácsvetés	leány	U14	
13:00	80 m	fiú	U14	if.
13:20	80 m	leány	U14	if.
13:45	Távolugrás	fiú	U14	
13:50	100 m	leány	U16	if.
14:15	100 m	fiú	U16	if.
14:00	Magasugrás	leány	U14, U16	
14:00	Súlylökés	leány	U14	
14:00	Kalapácsvetés	fiú	U14	
14:45	300 m gát	leány	U16	if.
14:55	300 m gát	fiú	U16	if.
15:00	Súlylökés	fiú	U14	
15:00	Kalapácsvetés	leány	U16	
15:15	600m	fiú	U14	if.
15:25	Ötösugrás	leány	U14	
15:30	600m	leány	U14	if.
16:00	Súlylökés	leány	U16	
16:00	Kalapácsvetés	fiú	U16	
16:00	1500 m	leány	U16	if.
16:10	1500 m	fiú	U16	if.
16:20	Rúdugrás	leány	U14, U16	
16:30	1000 m akadály	fiú	U14	if.
16:40	1000 m akadály	leány	U14	if.
17:00	Súlylökés	fiú	U16	
17:00	1500 m akadály	fiú	U16	if.
17:10	Távolugrás	fiú	U16	
17:15	1500 m akadály	leány	U16	if.
17:40	3000 m-5000 m gyal.	fiú	U14 - U16	
18:10	3000 m gyaloglás	leány	U14, U16	



2. nap vasárnap

10:00	Ötösugrás	fiú	U14	
10:00	Gerelyhajítás	leány	U14	
11:00	Ötösugrás	fiú	U16	
11:00	Gerelyhajítás	fiú	U14	
12:15	100 m gát	fiú	U16	if
12:00	Távolugrás	leány	U14	1. csoport
12:15	Diszkoszvetés	leány	U16	
12:35	80 m gát	leány	U16	if
12:55	80 m gát	fiú	U14	if
13:15	80 m gát	leány	U14	if
13:15	Diszkoszvetés	leány	U14	
13:15	Távolugrás	leány	U14	2. csoport
13:30	Rúdugrás	fiú	U14, U16	
14:15	Gerelyhajítás	fiú	U16	
14:45	Távolugrás	leány	U16	1. csoport
14:50	800 m	leány	U16	if
15:00	800 m	fiú	U16	
15:10	2000 m	leány	U14	if
15:30	2000 m	fiú	U14	if
15:45	Gerelyhajítás	leány	U16	
15:50	300 m	leány	U14	if
15:55	Távolugrás	leány	U16	2. csoport
16:15	300 m	fiú	U14	if
16:25	300 m	leány	U16	if
16:40	300 m	fiú	U16	if
16:45	Diszkoszvetés	fiú	U14	
17:00	3000 m	leány	U16	if
17:00	Magasugrás	fiú	U14, U16	
17:20	3000 m	fiú	U16	if
17:30	Diszkoszvetés	fiú	U16	